

老健あおもり

RŌKEN AOMORI

2013
24号



公益社団法人 青森県老人保健施設協会

老健あおもり
2013.24

目次

巻頭言 ①

平成25年度表彰 ②

支部だより ③

特集 認知症ケア⑧ ⑦

料理自慢 ⑪

施設だより ⑬

青森県老人保健施設マップ ⑳

表紙写真

りんごと岩木山

今、介護保険制度の改正について、様々な検討、審議がなされているが、この動きの中で特に気になる事項について、少し意見を述べてみたい。

まず、「介護予防給付の地域支援事業への移行」については、国から市町村への単なる丸投げでは、介護サービスに市町村間での格差が生じ、現在、予防給付でサービスを受けている方々が、居住している地域の事情により十分なサービスが受けられなくなるといった事態が予想される。少なくとも都道府県単位では、サービスが均等化できるような体制作りが必要なのではないだろうか。

そのためには、単に、事業を市町村へ移行させるのではなく、制度が安定して運営されるまでの一定期間だけでも、積極的な都道府県の関与、支援をお願いしたいものである。

また、一番懸念されるのが「利用者負担の引き上げ」である。2025年には、団塊の世代が後期高齢者となるピークを迎え、これに伴い介護給付も20兆円を超えると見込まれている。このような状況を鑑みると制度の安定的持続のためには、何らかの形で利用者負担を引き上げることは容認できる。

しかし、アベノミクス効果で景気高揚に沸く大都市に比べ、本県を含む地方都市はどうだろう。特に、当施設がある黒石市周辺は、中小企業、兼業農家が殆どで、アベノミクスには縁遠い状況にある。その上、雪国には欠かせない暖房費（灯油等）の高止まり、ガソリン価格の高騰、電気料金の値上げ、更にこの先消費税の増税が待ち構えており、経済的事情により、必要な介護サービスの利用を控える場合が出てこないだろうか。結果として介護の重度化が進み、更なる介護給付費の増額に繋がることも危惧される。

従って、この度の制度改正は、大都市と地方、所得の多少等により介護サービスに差が生じないように、特に弱者に配慮したものにして頂きたいと切に願うものである。

最後になりますが、村上会長を初め会員の皆様の御尽力により「第24回全国介護老人保健施設大会石川in金沢」に於て、厚生労働大臣表彰を受賞できましたことを衷心からお礼申し上げます。



巻頭言

介護保険制度改正の動向

介護老人保健施設「あしたばの里・黒石」

理事長

杉本博洲

平成25年度 厚生労働大臣表彰

受賞者

介護老人保健施設
「あしたばの里・黒石」
理事長 杉 本 博 洲

平成25年度 公益社団法人 全国老人保健施設協会会長表彰

受賞者

青森南老人保健施設
甲田苑
理事長 関 谷 哲 義

受賞施設

【施設 加入20年以上】
介護老人保健施設 みちのく苑
介護老人保健施設 幸陽荘
介護老人保健施設 しもだ
老人保健施設 シルバーケアセンターむつ
老人保健施設 ほほえみ三戸

平成25年度 青森県知事表彰

受賞者

老人保健施設
シルバーケアセンターむつ
理事長 田 村 研

平成25年度 公益社団法人 青森県老人保健施設協会津軽支部 研修会報告

日時：平成25年10月1日 会場：弘前市医師会4階 視聴覚室

講演：「命を考える」—がん患者さんから教わったこと—

東京都立駒込病院名誉院長 東京都病院経営本部 医師アカデミー顧問 佐々木常雄

現在の医療現場では、「患者本位の医療」の名の下に、当然の権利としての知る権利、自己決定権、検証権（セカンドオピニオン）等から、患者自身が自分の治療法を選択し、病状の悪化、死が近いことが告げられる。唐突に死が直前に迫っていることを告げられた時、人は簡単には自身の死を受け入れられない。がんで辛い状況にある人達、あるいは短い命の宣告に絶望した人達が、どうしたら立ち直れるのかを通して、2000人以上の患者を看取ってきた佐々木医師が目の当たりにしてきた終末期医療の課題について講演されました。



佐々木常雄

1945年、山形県天童市出身。弘前大学医学部卒業、青森県立中央病院内科、国立がんセンター内科レジデントを経て、75年より東京都立駒込病院化学療法科勤務。現在、がん・感染症センター都立駒込病院院長。専門はがん化学療法、腫瘍内科学。日本癌治療学会監事・代議員、日本臨床腫瘍学会評議員、日本胃癌学会評議員、全国がんセンター協議会理事、日本がん治療認定医機構副理事長、東京癌化学療法研究会理事などを務める。「がんを生きる」（講談社現代新書）等著書がある。



研修会レポート

平成25年10月5日（土）に東北メディカル学院を会場に青森県老人保健施設協会県南支部 看護介護研修会を開催いたしました。

講師には北海道登別市にある特別養護老人ホーム緑風園の総合施設長である菊地雅洋先生をお招きしました。菊地先生といってもピンとこないでしょうか、「masaさん」でお分かりになる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？介護に関する情報を調べようとすると必ずヒットする「緑風園介護・福祉掲示板」の管理人で、ブログ「masaの介護福祉情報裏板」からは3冊の書籍を発行している著明な方です。ご縁があって今回「人を語らずして介護を語るな～誰かの赤い花になるために～」をテーマに介護について熱く語っていただきました。

私達が普段行っている介護、看護は利用者様の「人としての尊厳」を守ることができているのだろうか、人生の晩年期に関わるという責任を果たせているのだろうか、一番近くで「気づくことができる」専門職であるだろうかなどなど、日々の業務に対する姿勢を見直すことができる貴重なお話しでした。

介護の「介」には心にかける、気にかける、仲立ちをするという意味があり、介護の「護」にはまもる、かばう、ふせぐ、たすけるという意味があります。老化によって何等かの生活のしづらさを感じている高齢者の方が安心して療養できるサービスが提供できるようにと、気が引き締まる研修会でした。



台風18号による集中豪雨で体験して感じたこと

介護老人保健施設 ヴィラ弘前
尾崎賢吾

平成25年9月16日、台風18号による集中豪雨により、全国各地で大きな猛威を振るい、青森県内でも深刻な甚大な被害をもたらした。弘前市内でも、一日中雨が降り続き、岩木川の水位も徐々に上昇。午後2時に氾濫危険水位に達し、岩木川沿いの堤防がない地域、堤防が低い地域では、氾濫の恐れがあるとして、当施設周辺地域でも注意を呼び掛けていた。岩木川沿いの岩木川市民ゴルフ場・リング畑は、岩木川の水位の上昇により全く姿が見えず、川に変貌していた。当施設職員は、TVやラジオ等で常に情報収集し、行政からの避難指示が全くありませんでしたが、このまま雨が降り続くと、岩木川が氾濫して、堤防が決壊!!浸水等の被害を受ける前に、入所されている方々の命と身の安全を守る為に自主避難することを決断。弘前市内でも河川が近くになく、浸水等の被害は受けない安全な場所として、当施設系列の施設（グラン城東、下田クリニック、ケアハウス城東、城東デイサービスセンター）へ避難しました。指定されている場所へ避難するよりも、設備環境、介護・看護職員等が整っている為、安全に不安なく安心した環境へ避難した方が、入所者様にとって最善と判断した。行政から避難指示が出た後で、入所者様全員（老健+GHで約137名+職員）を安全な場所へ避難させるには、人数も多く時間が掛る為、入所者様の命を守ることが困難な為、早めに自主避難を決断した。

午後4時頃から、送迎バスや職員の車を利用して避難誘導した。車椅子を利用されている方々も多い為、車椅子を車に積んだり、避難場所で使用する物品（オムツ類）を運搬するのに、何度も往復した。

岩木川&堤防がない地域側（大川・三世寺知久）



岩木川沿いの岩木川市民ゴルフ場
(H25.9.16撮影)



岩木川河川敷（H25.9.16撮影）
普段は、乗馬体験が出来たり、家族で
焼肉を楽しんだりされている場所



当施設系列の施設へ避難中



浸水後の、岩木川沿いの岩木川市民ゴルフ場
フェンス等が倒れ、芝生も泥水で茶色に



浸水後の、岩木川河川敷
増水により木がなぎ倒されている。（富
士見橋）

徐々に雨は弱くなり、次第に雨が止んだ為、午後19時頃、国土交通省東北地方整備局青森河川国道事務所にお問い合わせ、岩木川の現状と、今後の水位変化等を確認。また、気象状況をインターネット等で調べたり対応。今後、雨が降らなければ水位は上昇しない、堤防は決壊しないだろうということで、避難誘導を中止、当施設へ引き返した。岩木川においては、古くから水害を未然に防ぐ為の堤防を整備されているが、まだ堤防が整備されていない地域も多く、弘前市の上中畑（三和）地区と大川・三世寺地区の2地区合わせて、床上浸水20戸、床下浸水66戸、非住家113戸の浸水被害が発生した。当施設の職員の中にも、浸水により、自宅やリンゴ畑が被害を受けた職員もいる。平成25年9月16日は、大雨が降り止まずに、岩木川の水位が徐々に上昇し、午後2時には、目屋ダムで放流が開始された。一部報道では、岩木川からの上流からの増水を受ける形となった下流域の自治体からは、“目屋ダムの洪水調整（防災操作）の在り方”や“堤防の強度不足”に対する不安の声が強くなっていった。行政と地域住民との温度差を感じた。当施設は、岩木川沿いに建てられていますが、市の担当職員の話によると、当施設側地域には、水害を未然に防ぐ為の堤防が整備されている為、堤防がない地域に比べれば、浸水等の被害は起こらず被害を防ぐことが出来る地域であると話されていた。しかし、雨が降り続けていたら、堤防が決壊、浸水、様々な被害が出ていたかもしれない。当施設がある近隣の地域には、福祉施設等がたくさんある。災害時に避難する場所は指定されているが、指定されている地域住民だけでなく、福祉施設に入所されている方々が、安全に不安なく安心して待機する・避難出来るスペースは確保されているのか？行政から避難指示が出てからでは、道路も渋滞し避難誘導も困難になるのでは？等、今回、様々な疑問点・課題が見えてきた。普段、災害時の対策について検討し、避難訓練も行い、災害時に備えていましたが、今回、台風18号による集中豪雨で体験したことを踏まえ、今後も災害時の対策について検討し、自分達で身の安全を守る対策を準備していきたいと感じた。



岩木川が氾濫し浸水被害を受けた岩木川市民ゴルフ場・リンゴ畑岩木川氾濫後、草や木がなぎ倒されている状態



避難場所で使用する物品（オムツ類、毛布類等）を搬送中。（H25.9.16撮影）

避難誘導中。系列施設の城東デイサービスセンターへ向かう。
撮影場所：老健ヴィラ弘前正面玄関前（H25.9.16撮影）

※一部、都合により画像処理をしています。

失禁＜部屋の隅などで＞

★ おもらしをする（失禁）＜部屋の隅などでしてしまう＞

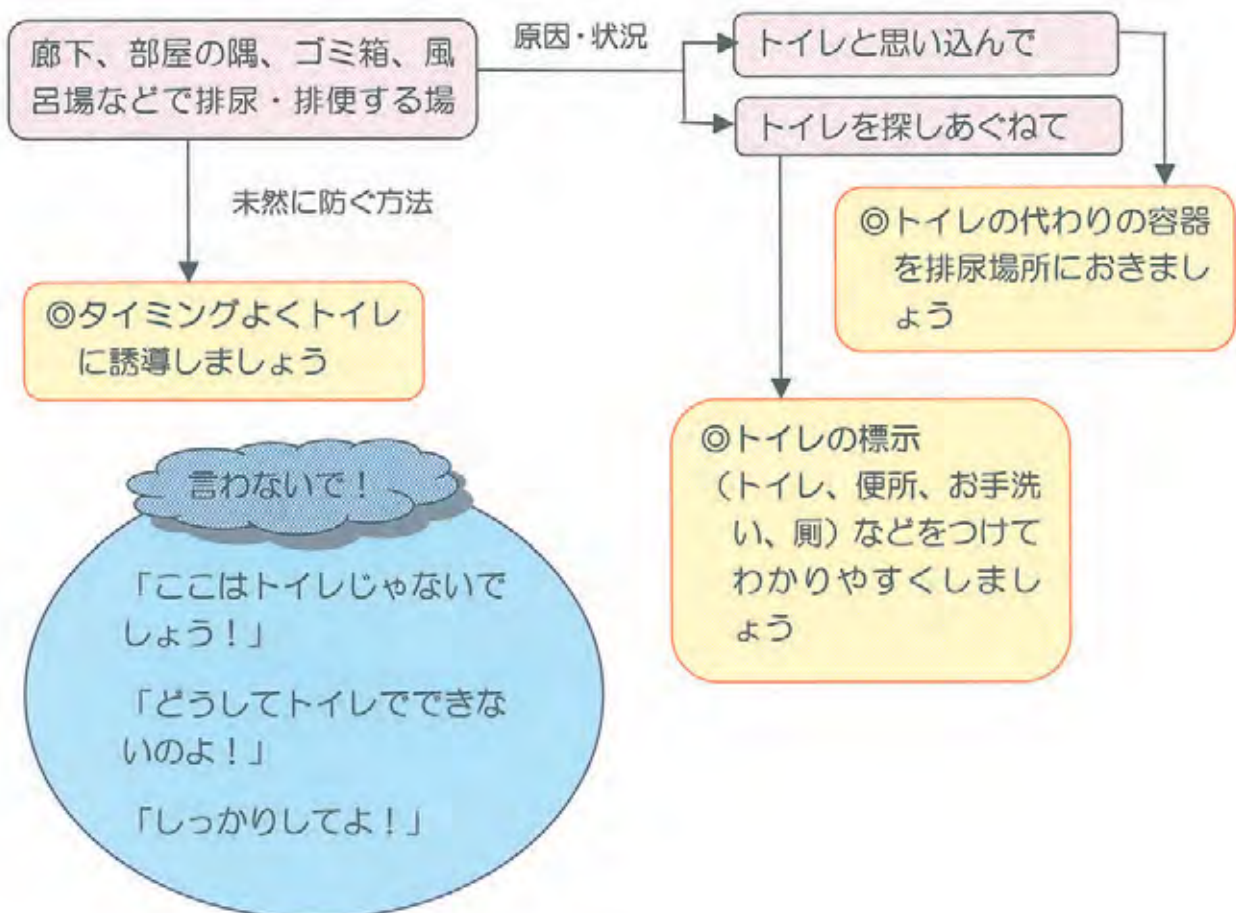
おもらしをする（失禁）がはじまると、介護をされる方の負担は大変なものになります。お年寄りの失禁にはいろいろな原因があります。そのため、対処の方法も一様ではありません。ただ、どんな場合であれ、頭ごなしにしかることは禁物です。知的能力は低下しているとはいっても、自尊心や感情まで失ったわけではないからです。

ですから、基本的な方針、(1)原因や状況を判断する、(2)叱らない、(3)失敗を未然に防ぐ方法を考える、をまずは行っていきましょう。

基本方針

- (1) 原因や状況を判断しましょう
- (2) 叱らないようにしましょう
- (3) 失敗を未然に防ぐ方法を考えましょう

部屋の隅などでしてしまう



失禁<おもらし>

★ おもらしをする（失禁）

- ・汚した下着の上から新しい下着をはく
- ・おむつを嫌がってさせない

◎汚した下着の上から新しい下着をはく
◎汚した下着を脱がない場合

◎気持ちを傷つけないようにして脱がせましょう（例えば、「汗をかいたので着替えましょう」と声をかけましょう）
◎入浴時には必ず脱いだ下着をすぐに片付けておき、新しいものに替えましょう

◎おむつ組み入れパンツなどを着用しましょう
◎後ろ開きおむつカバーなどで、本人の気持ちを傷つけないように交換しましょう

◎おむつを嫌がってさせない場合

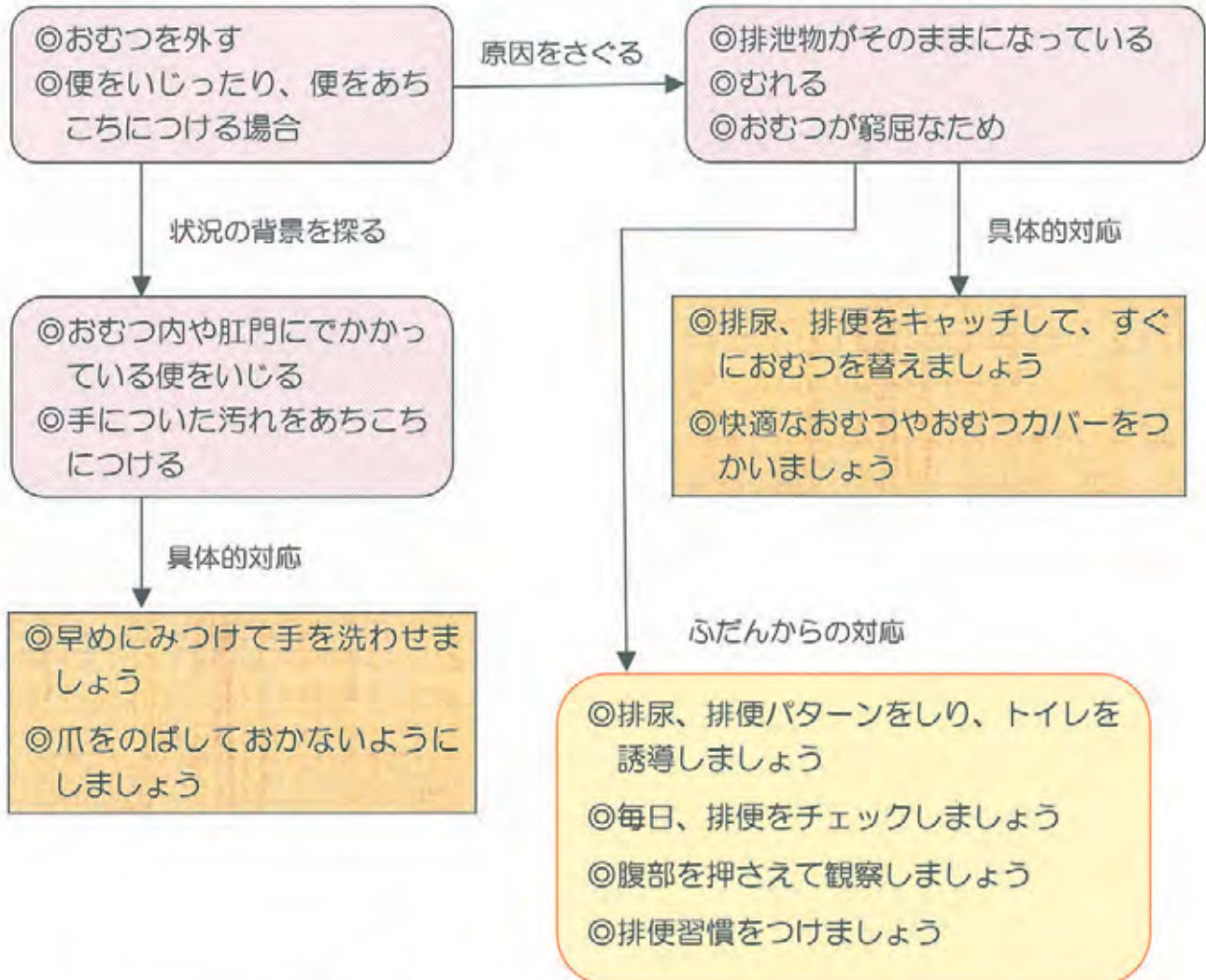
◎排尿パターンを把握し、タイミングよく誘導しましょう

◎抵抗感のないおむつを着用させましょう（パンツのように使えるもので、T字带式など）



不潔行為

★不潔行為 <おむつを外す、便をいじる>



夕方症候群など

★ 家に帰りたがる（夕方症候群など）

夕方ごろ決まって、そわそわと落ち着かなくなり「家に帰ります」と言って、帰り支度をして出ていこうとします。だいたい、夕暮れ時にこうしたことが起こるので、夕暮れ症候群、夕方症候群などと呼ばれています。

お年寄りのいう自分の家は、生まれ育った家や自分が若い頃住んでいた家であったりします。ですから、お年寄りの気持ちを思いやって、否定したり説得するようなことはしないでください。「家に帰りたい」と言ったら、とりあえず「そうですか」と受けとめ、それから「夕ご飯を食べていってください」「今日は泊まっていってください」などといって、お年寄りの気持ちを別のことに引き付けるようにしたり、一緒に外に出てお年寄りを満足させるようにしてください。

◎夕方などに家に帰りたいと訴える

具体的対応

◎「もう一晩泊まっていったら」といって、思いとどませましょう

◎一緒に出かけていって、要求を満たした上で、別のことに気を向かせて思いとどませましょう

（これが「徘徊」の原因になることもあります）

言わないで！

「何言っているの、ここが家でしょう」

「一人でどこへ帰るつもり？」



料理自慢

介護老人保健施設カトレア
管理栄養士 中野 るり


介護老人保健施設カトレアでは、毎月1回季節を感じる食材や人気のあるメニューを取り入れた行事食を提供しております。


今回は、入所者様に好評のメニューをご紹介します。

特に入所者様よりリクエストの多い、お寿司の日は、厨房のご協力を頂いて目の前でお寿司を握って召し上がっていただいています。

入所者様も大変喜んでいるので、今後も嗜好に合わせた楽しい食事提供を続けていきたいと思っております。



- ～おしながき～
- ・栗ごはん 
 - ・すまし汁
 - ・金目鯛の漬け焼き
 - ・里芋の含め煮
 - ・菊となめこの和え物

- ～おしながき～
- ・にぎり寿司 
(サーモン・えび・玉子・穴子)
 - ・すまし汁
 - ・天ぷら
(さつま芋・ししとう・舞茸
・れんこんのはさみ天)
 - ・がんもどきの含め煮
 - ・茶碗蒸し ・柿とぶどう



調理活動をしています



月に1回レク活動の一環として入所者様と一緒に調理活動をしています。

その中でも、最近作って好評だったレシピをご紹介します。

ちらし寿司ケーキ



～材料～ 1ホール分(8人分)

味付	・ごはん	2合	下味	・ひき肉	150g
	・お酢	大2		・しょうゆ	大1
	・砂糖	大2		・酒	大1
下味	・塩	小1	・おろししょうが	少々	
	・卵	3個	・きぬさや	30g	
	・砂糖	大1/2	・きゅうり	1/2本	
	・塩	少々	・プチトマト	4個	
	・酒	少々	・さくらでんぶ	適量	
	・サラダ油	適量	・刻みのり	適量	
				・お好みの具材なんでも	
・直径18センチの底が抜けるケーキ型					

- ①卵、ひき肉にそれぞれ下味をつけて、そぼろ状に炒める。
きぬさやは、茹でて斜めに千切り、きゅうりは小口切りにプチトマトは、半分に切る。
- ②ごはんを炊き、酢飯を作る。
- ③ケーキ型にサラダ油を軽く塗り、ごはんを敷き詰めてその上にひき肉のそぼろや玉子のそぼろ、さくらでんぶなどお好みの具材を重ねて層にしていく。
- ④ケーキ状に出来たら、型からごはんを外し、上に飾り付けしたい具材を盛り付けし、最後に刻みのりをまぶして、出来上がり！！

箸袋で見ためも楽しく!!

食事の質の向上や維持ももちろん大切ですが、見た目の印象も食事提供の中で大切にしています。

季節や行事、お祭りに合わせて箸袋を作成して、普段の食事や行事食に提供しています。

入所者様の中には『この箸袋がいつも楽しみなの♡』とコレクションしてくださる方もいます。そんな喜んで入所者様を見ていると、作る側もとてもうれしくなります。

今後もこの取り組みは続けていきたいと思っています。



祝・敬老会

平成25年9月25日（水）に「平成二十五年度 敬老会」が開催されました。今年は喜寿3名、傘寿9名、米寿9名、卒寿6名、白寿1名、百寿1名の方が長寿祝いを受けていらっしゃいました。

また当日はその長寿を祝い、竹山会の皆様から三味線演奏や手踊りなど披露していただきました。最後は炭坑節にてスタッフ一同みんな輪になって踊り、楽しいひとときをすごしました。



敬老会特製お弁当です。

ご覧のとおり大盛況！



施設だより

介護老人保健施設

ニューライフ芙蓉

青森市

秋祭り

「感謝」

9月14日（土）午後、平成の家駐車場において恒例の「秋祭り」が開催されました。テーマは「感謝」です。

今年も、入所、デイケア、GHふれあい合同で利用者様、一般のお客様ほか概ね700人参加され、天候にも恵まれ、盛大に行われました。屋台村全品目無料とし、慰問、職員の芸、祭り1番人気の若い衆の平成神輿を繰り出し、会場を盛り上げた。利用者様、一般のお客様方は割れんばかりに喜び、楽しい時間を過ごされた。



施設だより

介護老人保健施設

平成の家

弘前市

「小グループ外出」

■水族館

平成25年5月21日（火）、当荘の車に乗り、ドライブも兼ねて浅虫水族館へ行ってきました。

イルカショーが始まり、イルカのジャンプを見ては「すごい!!」と拍手をし、イルカが客席へ大きなボールを飛ばす場面では、両手をいっぱい広げ、「こっちによこして」と話している方もいました。

イルカショー終了後は、少し館内を見学し、最後には皆でソフトクリームを食べました。

青海荘へ戻る車内では、「イルカ可愛かった。また見に来たい。」と皆さん笑顔で話されていました。



■青森県立美術館

6月5日の小グループ外出では、青森県立美術館の「大哺乳類展」へ行ってきました。

まず、入り口で大きなトラの剥製が出迎えてくれました。その大きさに皆さん大変驚かれ、「食べられたら大変だなあ。」と喜ばれておりました。中へ進むと恐竜の骨やクジラの体内から抽出された香水等があり、普段では見る事のできない貴重な経験ができました。帰り際天気も良く「気分転換ができた。」と楽しい時間を過ごしました。



施設だより

介護老人保健施設

みちのく青海荘

青森市

「籐細工」 恐るべし

当施設では、「楽しい通所リハビリ」ということを目標に満足度向上に取り組んでいます。その一つとして籐細工クラブがあります。開始当初は個別リハビリとして少数のご利用者様に提供していましたが、今は多くの方が利用され、利用時の楽しみにしている方も多く、大盛況となっております。

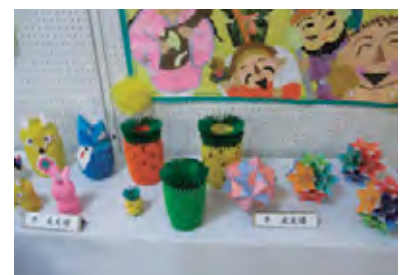
籐細工の効果としては、参加者の自発性やコミュニティーが徐々に拡大していることです。具体的には利用者様同士で声を掛け合い仲間を連れて来たり、作品を持ち帰り、孫や友人に喜ばれ、また作って来て欲しいと頼まれたと喜んでおります。

そうなると作成意欲は自ずと高まり、否応にも完成させたいと参加者が意気込んでしまうのは想像に難くありません。今は利用者様の飽くなき創作意欲に圧倒されています。



10月の行事						
日	月	火	水	木	金	土
	習字	籐細工	フラワーアレンジメント	将棋	バッチワーク	陶芸
		1	2	3	4	5

クラブ活動は曜日ごとで全6種やっています。



作業療法作品「貼り絵ねぶた」

“なにか弘前らしい作品を”との発想で、ご利用者と職員で『貼り絵ねぶた』を共同で制作しました。

最初に職員がプラスチック段ボールを切り抜いて下絵を描き、その上に直径5～9ミリのスパンコールを丁寧に貼り付けていきました。

ねぶた絵を表現するために20色のスパンコールを約9万枚、髪の毛やひげの部分には糸を貼り付けて入念に仕上げました。

幅2.4メートル、高さ2.6メートルの大きな作品です。完成までには6ヶ月の期間を要しました。

通常の染料で絵を描く代わりにスパンコールを貼り付けたことで美しく煌びやかなものになりました。

近くにお越しの際は、ご覧いただきたいと思います。



施設だより

介護老人保健施設

弘前リハビリセンター

弘前市

「お誕生日会」

介護老人保健施設ヴィラ弘前では、毎月、月1回、お誕生日を迎える入所者様の方々と、御家族様を招いてお誕生食会を実施しています。当施設調理スタッフは、和食・フレンチ・イタリアン・中華…、一人一人得意分野があり、個々の技術と経験を活かし、お誕生食会では、料理を披露する場にもなっています。旬の素材を使った季節を感じさせる料理や、郷土料理・和食・フレンチ・イタリアン・中華…、前菜からデザートまで料亭・レストランに勝る本格的なコース料理を提供しています。毎月、皆様には好評でとても喜ばれています。



イタリアン和えそば・若鶏の南蛮漬け・かぼちゃ田舎煮・山芋と大根サラダ・なす・しぎ焼き・2色コーヒープリン

調理担当：新谷考真



アスパラご飯・野菜スープ・チンゲン菜のクリーム煮・エリンギのタパス・鶏のチーズ巻き・トマトの春雨サラダ・ヨーグルトムース

調理担当：山口ゆかり

「流しそうめん&すいか割り」

施設だより
介護老人保健施設

ヴィラ弘前

弘前市



そうめん流すよ〜!!

美味しい!!

獲ったどお〜!!



割れた?

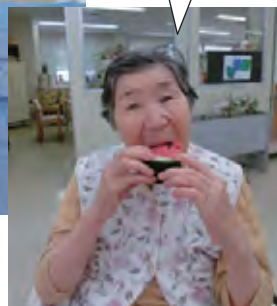
うりああ!!

ドォ〜ン!!



よいしょっ!!

甘あ〜い!!



敬老会

今年も9月7日、入所者様の長寿を祝うながだい荘敬老会が行なわれました。

当荘の職員による踊りや歌を披露や慰問でいらした方々による、「よさこい」や「ねぶた囃子」津軽地方で活躍されている演歌歌手による生歌の披露など、入所者様はその後、家族の方々の皆さんとも楽しんでいる様子でした。

これからも、入所者の皆様が充実し変化のある日々を過ごせるよう、様々な行事に取り組んでいきたいと思ひます。



施設だより

介護老人保健施設

ながだい荘

鯨ヶ沢町



施設だより

介護老人保健施設

ながだい荘

鯨ヶ沢町

「おいしい、やさしい介護食」

入所者の皆さんにとって食事・おやつは施設の生活の中で楽しみの一つです。

数年前より目で楽しむソフト食に取り組んでいます。メニューがわかるよう、色・かたちを残し、食べやすい形態へと変身です。ミキサーにかけた食材が元の料理に近づきました。

笑顔で食べて欲しいと願いを込めて！



施設だより

介護老人保健施設

ひばりの里

八戸市

「紙玉アート」

当施設では、リハビリテーションの一環としてお花紙を使用した紙玉アートを作成しています。お花紙を水で濡らし丹念に丸め、乾かした後ひとつひとつを下絵に沿って貼り付けます。とても根気のいる作業ですが、利用者様の中には時間を忘れてまで集中して取り組んでいる方もおられます。一丸となって完成させたときは大きな喜びと達成感を得ることができました。

現在、文化展に向けて新しい作品を作成中です。今後も日々のリハビリだけでなく、利用者様が楽しくやりがいを感じながらリハビリに取り組んでいけるように全力でサポートしていきます。



施設だより
介護老人保健施設
の
へ
じ
野辺地町

青空リハビリテーション

施設だより

介護老人保健施設

みのり苑

十和田市

10月15日、『心を動かすリハビリテーション』をモットーに、第3回目となる奥入瀬溪流ウォーキングリハビリテーションを開催しました。参加者はみのり苑通所リハビリの利用者様5名で、みなさん片麻痺等の障害を持った方々です。この日まで、溪流を完走することを目標に日々リハビリを積み重ねて来られました。

今回は、今までのコースに比べて険しい道のりとなりましたが、皆さんの“歩きたい”という強い想いで、急な坂道や段差の高い岩場を一つ一つクリアしていきました。途中、疲労で足がもつれる事もありましたが、事故なく約1.6kmを1時間かけて歩ききることができました。これも、日頃から皆さんが熱心に取り組んでいるリハビリの成果です。

利用者様からは、「最終ゴールの子ノ口に近づくにつれて歩き切った時の達成感が大きくなる」、「次回に向けてさらにリハビリを頑張っていきたい」というお言葉を頂きました。

足場の悪さに悪戦苦闘しましたが、自分のペースで一步一步進みました。



心臓破りの階段は、さすがに大変でした。転ばないように慎重に歩きました。

～in奥入瀬溪流～



ゴールが見えた時、疲れを忘れて無我夢中で歩きました。



リハビリを積み重ねてきたので、なんとかゴールまで辿りつけました。



ゴールが見えた時、疲れを忘れて無我夢中で歩きました。

奥入瀬溪流は全長約9kmありますが、今回で約4km地点まで到達しました！次回は来年の夏に実施予定です。その日に向けて皆さん、一層リハビリに力が入ります。子ノ口を目指して一緒に頑張りましょう！！

施設だより

介護老人保健施設

みのり苑

十和田市

「夕涼み会」

今年は、天気にも恵まれた夕涼み会。

午前中は、屋台村が開催され、かき氷や綿あめに舌鼓を打ち、カラオケ・千本くじも楽しめました。

夕方からは駐車場へ移動し「晴山獅子保存会」「鶴喰鶏舞保存会」今年、初参加のよさこいチーム「彩湖舞姫会」の皆様にご慰問に来て頂きました。

その他、スイカ割や盆踊り等も行われ、会場は大変盛り上がりしました。



ザ・田名部祭り

当施設では、初めて夜間の外出を実施しました。

地域の伝統行事、田名部祭りは3日間、8 / 18 ~ 8 / 20で行われますが、期間中必ずといっていいほど雨が降ることから、がんば祭りと呼ばれています。雨が降ってさらに祭りが盛り上がってくるのです。その中の8 / 18の流し踊り・8 / 19のみこしの2日間、家族・地域の方との交流や触れ合いを持ち、楽しい時間を過ごすことで日常生活への活力を生み出すきっかけとなることを期待し行いました。

皆さんも是非一度お越し頂いて雰囲気を楽しんで見ませんか。



施設だより
老人保健施設

シルバーケアセンターむつ
むつ市

青森県老人保健施設マップ

No. 施設名 電話番号

(青森地域)

1	青森ナーシングライフ	TEL017-726-5211
2	青照苑	TEL017-788-3000
3	いちい荘	TEL017-726-3855
4	甲田苑	TEL017-728-3939
5	すずかけの里	TEL017-761-1111
6	桐紫苑	TEL017-738-8080
7	ニューライフ芙蓉	TEL017-728-2200
8	みちのく青海荘	TEL017-741-5188
9	ケアガーデン青森	TEL017-744-3311
10	カトレア	TEL017-739-6100
11	たんぼぼ	TEL0174-22-3070
12	なみおか	TEL0172-69-1120
13	津軽医院	TEL0172-62-3101
14	石木医院	TEL017-752-3015

(西北五地域)

15	緑風苑	TEL0173-33-4155
16	ながだい荘	TEL0173-72-1122
17	えんじゅの里	TEL0173-42-3734
18	しらかみのさと	TEL0173-84-3111
19	サンライフかなぎ	TEL0173-53-3292
20	湖水荘	TEL0173-22-5694

(津軽地域)

21	ケアセンター弘前	TEL0172-87-0111
22	平成の家	TEL0172-95-3981
23	うめむら	TEL0172-32-3593
24	弘前リハビリセンター	TEL0172-27-3322

25	ヴィラ弘前	TEL0172-37-7300
26	幸陽荘	TEL0172-37-8311
27	希望ヶ丘ホーム	TEL0172-87-6655
28	ふじ苑	TEL0172-38-5550
29	サンタハウス弘前	TEL0172-99-1133
30	あしたばの里・黒石	TEL0172-53-1213
31	鳥井野荘	TEL0172-82-5600
32	のぞみ	TEL0172-57-5100
33	三笠ケアセンター	TEL0172-44-8811
34	明生園	TEL0172-65-4066
35	つがる	TEL0172-45-2231





(八戸地域)

36	はくじゅ	TEL0178-28-4001
37	ひばりの里	TEL0178-96-1212
38	サンライフ豊寿苑	TEL0178-29-3232
39	リハビリパーク	TEL0178-47-3000
40	南山苑	TEL0178-27-3027
41	ナーシングホームオリーブ	TEL0178-31-5500
42	ほほえみ三戸	TEL0179-23-5050
43	老健なんぶ	TEL0179-34-3260
44	孔明荘	TEL0178-84-3333
45	南郷メディエルプラザ	TEL0178-82-2000
46	しんごう	TEL0178-78-3181
47	しもだ	TEL0178-56-4888
48	たっこ	TEL0179-32-3172

(上北地域)

49	みちのく苑	TEL0176-25-1333
50	みのり苑	TEL0176-25-1100
51	ハートランド	TEL0176-25-0122
52	とわだ	TEL0176-27-3131
53	やすらぎ苑	TEL0176-59-3784
54	ナーシングセンター柏葉	TEL0176-62-2200
55	えぼし	TEL0175-65-2666
56	のへじ	TEL0175-65-2333
57	野辺地病院	TEL0175-64-3211

(下北地域)

58	シルバーケアセンターむつ	TEL0175-22-9925
59	はまなす苑	TEL0175-26-3333
60	のはなしょうぶ	TEL0175-28-5400
61	やげん	TEL0175-34-2211

(八戸地域)



◆編集後記◆

寒さがひとしお身に
みることとなりました。本
格的な冬の到来を迎え、
いかがお過ごしですか。
手洗い、うがいは、風
邪やインフルエンザ、食
中毒などの予防の第一歩
になります。習慣づけた
いものですね。

さて、老健あおもり
二十四号はいかがだった
でしょうか。今後もわか
りやすく楽しい誌面作り
に努めていきたいと思っ
ますので、皆様の御協力
をお願い致します。

平成二十五年
十一月吉日
広報委員一同

●発行／公益社団法人 青森県老人保健施設協会
〒030-0822 青森市中央三丁目20-30 県民福祉プラザ3F
TEL017-776-3868 FAX017-776-3918
URL <http://www.roken-aomori.or.jp>
E-mail jimukyoku@roken-aomori.or.jp

●印刷／青森コロニー印刷
〒030-0943 青森市幸畑字松元62の3 TEL017-738-2021